

花 20000 元种植 2000 根头发：全掉光了

# 胡乱“种”头发，小心“空”了后脑勺

今日女报 / 凤网记者 李诗韵 实习生 刘聪 通讯员 赵丽萍 陈双

网络上近日流传着一个关于“00后”的段子——容易饿、迷妹/弟、脱发、佛系，四词简称“饿迷脱佛”。其中，年轻一代的脱发话题一度成为热搜，让不少孩子“躺着也中枪”。

当脱发的话题愈演愈烈，连《人民日报》都出面提醒：“该好好保护你们的头发啦！”于是，有人疯狂购买增发剂，有人枸杞茶不离手，还有人用植发填补“空缺”。

春季植发，看似是个不错的选择。可是，胡乱“种”头发又可能面临怎样的健康隐患呢？今天，咱们就来关注这个“头”等大事！



## ■求诊

### 后脑勺的头发“种”到头顶，没想到全秃了

人还没老头先秃，这是不少年轻人的困扰。今年28岁的IT程序员陈力（化名）就是一位典型的遗传性斑秃患者。为了弥补这个头发少的缺点，他尝试过很多办法，可食补药补都没用，最终不得不考虑花钱植发。

“朋友推荐了一家植发机构，据说是90%的成功率。”今年1月，为了提高春节假期相亲成功率，陈力跟朋友去私人营业的植发机构咨询了一番，“他们觉得我这种情况并不严重，只需要从后脑勺移植2000根头发到空缺部位。”

2000根头发的种植费用是20000元——咬咬牙，陈力刷信用卡办理了植发项目。8个小时，医生从他的后脑勺陆续拔掉2000根头发，有规律地“接”到斑秃处。

“种植的过程简直是头皮发麻。”陈力说，当时医生告知头皮会有轻微疼痛感，还会红痒，但过一会儿就会恢复正常。没想到，一个月过去了，“移植”

的头发掉了不少，头皮的红肿感也并未消除。

眼看着后脑勺的疼痛感越来越强，陈力不得不来到湘雅二医院皮肤科就诊。经诊断，陈力的毛囊大量损伤，患上了毛囊炎，修复难上加难。

“现在种上去的头发都掉完了，斑秃的地方没补上，连后脑勺都缺了一块。”陈力说，如今，植发机构倒是退了一部分费用，但治疗毛囊炎也是个漫长的过程，还得花费不少医疗费。



## ■现象

### 男性多“种”头顶，女性爱“接”发际线

“种植头发看似是个小手术，但很需要技巧。”中南大学湘雅二医院皮肤病科主治医师罗双艳是植发领域的“行家”。她解释，植发手术从医学上分析，一般是指应用显微外科手术技术取出这一部分健康的毛囊组织，经仔细加工培养后按照自然的头发生长方向艺术化地移植于患者秃顶、脱发部位的过程。评判手术是否成功的关键就在于，毛囊存活后，能不能生长出健康的新发，并且要考虑所长出的新发是否能保持原有头发的一

切生物学特性，不会再次脱落或坏死。

罗双艳说，目前，植发领域发展较快，医生水平参差不齐。遇上不专业的操作，一些患者很可能在手术中被伤害到健康毛囊，从而需要及时的“二次修复”。

今日女报/凤网记者从中南大学湘雅二医院皮肤病科了解到，近年来，该院植发项目中，男性以秃顶、脱发患者为主，大多数选择将毛发“种”在头顶；而女性以斑秃患者为主，还有一部分女性为了爱美，要求种植发际线。

## ■门诊

### 不专业植发可能导致细菌感染

“我们经常接诊一些‘二次修复’患者，他们大多数因为不专业植发导致感染。”罗双艳介绍，每一项手术都可能存在感染风险，植发也是同样如此。通常而言，植发不当可能引发三类健康危害：

第一类是出现疤痕。比如，在患者取发区切取皮瓣，在皮瓣中提取毛囊，将这些毛囊经过培养后，分别种植到脱发区域。此技术提取毛囊过程中需要开刀及缝合。缝合后的伤口会留下线型疤痕，

如果植发医生对外科手术不是很擅长，那这条疤痕会加宽，严重影响术后美观，尤其是不适合短发者。

第二类是细菌感染。对于一些不正规、营业执照不齐全的植发机构来说，手术水平没达到无菌的标准，在手术过程中开刀就很容易造成头皮感染，影响植发手术效果。

第三类是手术失败。在手术过程中，如果出现失误则会破坏毛囊健康，给第二次植发带来不利影响。

## ■中医有话说

### 抓住春季长头发的关键期

特邀专家：席建元（湖南中医药大学第一附属医院皮肤科主任医师）

近年来，很多女性都在考虑植发来弥补发量少的缺陷。实际上，却并不了解头发的生长规律。从中医领域来分析，春季是养发的最好时期，坚持3个小秘诀就能健康养发。

#### 关键词 - 饮食

中医认为，脱发常与心绪烦扰有关，不妨根据自己的病因分型试试“生发餐”。例如心绪烦扰者多吃百合、莲子、牡蛎肉、酸枣仁等有安神效果的食物，精血不足的患者可多吃含有高蛋白的补精益血食物，如海参、大虾、黑芝麻、核桃仁等。

脱发时间久、痰血阻滞的患者，可多吃通络化痰的食物，如丝瓜、青鱼、藕、芥菜等。此外，富含维生素E、维生素B6、铁的食物，以及含胱氨酸的食物黑芝麻、玉米等可帮助毛发生长。

#### 关键词 - 正确洗发

过于频繁洗头会损伤头发上的毛鳞片 and 头皮屏障。室内工作者一周洗两三次即可，水温以30℃为宜；选择适宜的控油防脱的洗发水，少用全化学成分的洗发水，尤其是头皮敏感的人，用了容易加剧脱发。

洗发后尽量自然风干头发，擦头发时切勿反复搓，必须使用电吹风时以低档为好。使用风筒时，不要把湿头发吹得太干，拉扯头发也是不良的习惯。

#### 关键词 - 选对梳子

尼龙梳子极易产生静电，应尽量避免。相比之下，黄杨木梳和猪鬃头刷比较理想，去除头屑、增加头发光泽的同时，还能按摩头皮，促进血液循环。



## 小科普 >>

### 孩子出汗多，大多是缺锌

文 / 代慧（湖南省儿童医院麻醉手术科）

不到十岁的孩子，每天要摄入最少10毫克的锌，在日常饮食中基本可满足。因为人体内的所有微量元素都是通过汗液来排出的，所以要是小孩子常出汗，锌就被排得多，就得增加锌。像海鲜类的，或者是动物的内脏，都可给孩子补充锌。另外，还可通过其他中药来补充，像大枣。当然，锌过量也不好，会对其他成分吸收造成影响，比如铜、铁。还会引起缺铁性贫血。再说，锌多了，在人体里也很难排出。要想知道孩子有没有缺少锌，最好去医院做个检验。

### 要谨防儿童遗传代谢病

文 / 姚震亚（湖南省儿童医院急救中心）

儿童遗传代谢性疾病是先天性代谢缺陷性疾病，在临床上可分为氨基酸、糖、脂肪等代谢紊乱所导致。该类疾病在新生儿期主要表现为低血糖、拒食、呕吐、黄疸等症状；小童生长发育过程中，智力发育可能出现迟缓。或小孩还有包括消化系统的、呼吸系统的其他表现，还有面貌怪模怪样的，还有一些特殊气味。比如“苯丙酮尿症”会有一些鼠尿味，而“枫糖尿症”会有甜甜的味道等。在排除常见疾病的基础上，要想获知有无可能是遗传代谢病，应完善尿酮、pH、血糖、血氨、乳酸等检测。若有情况，则做一些尿标本气相色谱以及血标本串联质谱实验检测。

### “奶癣”不是母乳的错

文 / 胡胜男（湖南省儿童医院神经内科）

婴儿湿疹，1~6个月的婴儿常见。这个阶段正值吃奶时期，所以又被称作“奶癣”。有些父母认为奶癣是由于吃了奶而引起的，实际上引起奶癣的根本原因是：过敏。治疗“奶癣”的关键在于消除引起过敏因素。从食物来讲，凡是容易引起过敏的食物，妈妈均要尽可能避免，尤其是海鲜类。蔬菜方面，香菇、蘑菇、竹笋、芥菜、南瓜、雪里蕻等菜易引起过敏。乳母吃了这些菜，通过乳汁到达孩子体内，导致过敏，如果奶癣加重，母乳就应不再食用；如果吃了其中某一种菜，一切正常，则这种食物以后照常可吃。

### 一哭就喂，肠胃受罪

文 / 邓璐瑶（湖南省儿童医院）

有些父母不懂喂养原则，不知道按需喂养，过分溺爱孩子，养成了一哭就喂的习惯。这样会给婴幼儿的胃肠道造成很大的负担，引起过食性腹泻。临床上根据过食物质的不同主要分为三种：1、碳水化合物过食性腹泻，其特点是：每日排便数次至数十次，粪质粗糙；2、蛋白质过食性腹泻，其特点是：每日排便3—5次或更多，呈黄褐色稀水便；3、脂肪过食性腹泻，其特点是：每日排便3—5次或更多，呈灰白色稀便或糊状，臭味较重。因此，父母一定要学会调整喂食，避免小儿腹泻。